

# 新型コロナウイルスを防ぐには

## 新型コロナウイルス感染症とは

**発熱**やのどの痛み、咳が長引くこと（1週間前後）が多く、強いだるさ（倦怠感）を訴える方が多いことが特徴です。

感染しても軽症であったり、治る例も多いですが、季節性インフルエンザと比べ、重症化するリスクが高いと考えられます。重症化すると肺炎となり、死亡例も確認されているので注意しましょう。

特にご高齢の方や基礎疾患のある方は重症化しやすい可能性が考えられます。

新型コロナウイルスは飛沫感染と接触感染により感染します。空気感染は起きていないと考えられていますが、閉鎖した空間・近距離での多人数の会話等には注意が必要です。

飛沫感染	感染者の飛沫（くしゃみ、咳、つばなど）と一緒にウイルスが放出され、他の方がそのウイルスを口や鼻などから吸い込んで感染します。
接触感染	感染者がくしゃみや咳を手で押さえた後、その手で周りの物に触れるとウイルスがつきます。他の方がそれを触るとウイルスが手に付着し、その手で口や鼻を触ると粘膜から感染します。

## 日常生活で気を付けること

まずは**手洗いが大切**です。外出先からの帰宅時や調理の前後、食事前などにこまめに石けんやアルコール消毒液などで手を洗いましょう。

咳などの症状がある方は、咳やくしゃみを手で押さえると、その手で触ったものにウイルスが付着し、ドアノブなどを介して他の方に病気をうつす可能性がありますので、マスクの着用や、ティッシュで口と鼻を覆うなどの咳エチケットを行ってください。

持病がある方、ご高齢の方は、できるだけ人混みの多い場所を避けるなど、より一層注意してください。

**発熱等の風邪の症状が見られるときは、学校や会社を休み、公共交通機関を利用しての外出、人混みの多い場所への外出を避け、自宅で療養してください。**

発熱等の風邪症状が見られたら、毎日、体温を測定して記録してください。

# 新型コロナウイルス感染症にかかったと思ったら

次の症状がある方は、保健所の「帰国者・接触者相談センター」に相談してください。

風邪の症状や37.5℃以上の発熱が4日以上続いている  
(解熱剤を飲み続けなければならないときを含みます)

強いだるさ(倦怠感)や息苦しさ(呼吸困難)がある

※ **高齢者や基礎疾患等のある方は、上の状態が2日程度続く場合**  
センターで相談の結果、新型コロナウイルス感染の疑いのある場合には、「帰国者・接触者外来」が紹介されます。  
マスクを着用し、公共交通機関の利用を避けて受診してください。  
「帰国者・接触者相談センター」は、下記のとおり設置されています。

## 帰国者・接触者相談センター

連絡先 (平日8時30分～17時15分)	夜間休日緊急連絡先
北筑後保健福祉環境事務所 電話 0946-22-9886 FAX 0946-24-9260	福岡県保健所 電話 092-471-0264 (FAX対応なし)

## 一般的なお問い合わせなどはこちら

その他、ご自身の症状に不安がある場合など、一般的なお問い合わせについては、次の窓口にご相談ください。

連絡先 (平日8時30分～17時15分)	夜間休日緊急連絡先
福岡県がん感染症疾病対策課 電話 092-643-3288 FAX 092-643-3331	対応なし

※小郡市にお住まいの方の相談窓口は上記のとおりとなっています。